

Dr. Rath Vitamin B Complex™



Formula supplementare per compensare un maggiore fabbisogno di vitamine B

Lo studio, il lavoro e anche la „routine quotidiana“ richiedono una concentrazione e un’attenzione sempre maggiore e comportano spesso un grande dispendio di energia e di lavoro. Per fare fronte a queste richieste, il corpo necessita un sostegno. È importante un’alimentazione sana, ricca di vitamine, minerali e altri micronutrienti. In queste circostanze le vitamine B hanno un ruolo rilevante. In particolare, durante attività che sollecitano molto e regolarmente il sistema nervoso, o quando lo stress e la tensione sono all’ordine del giorno, in questi

casì il bisogno di micronutrienti è maggiore e un’integrazione dell’alimentazione si rivela necessaria.

Le vitamine B sono note come le vitamine per la salute del sistema nervoso e associate alle singole normali funzioni della psiche (es. depressione). Anche in caso di stanchezza ed esaurimento ricorre spesso, e giustificatamente, il termine di vitamine B. Oltre a sostenere in vari aspetti di un sano metabolismo cellulare, queste vitamine aiutano il corpo in altre funzioni ugualmente importanti.

Un sistema nervoso intatto e un normale funzionamento della psiche sono correlati in modo stretto ad un sano apporto di micronutrienti. Le vitamine del gruppo B sono importanti:

- **per sostenere la normale funzionalità del sistema nervoso** (p. es. le vitamine B1, B2, B3, B6 e la biotina)
- **per promuovere l’equilibrio psicologico** (p. es. le vitamine B1, B3, B6, B12 così come la biotina e l’acido folico)
- **per favorire la diminuzione della stanchezza e dell’esaurimento (nevralgia) in questo caso sono utili** (p. es. le vitamine B2, B3, B6, B12 e l’acido folico)



Le vitamine del gruppo B sono a servizio del sistema nervoso. La sintesi dei neurotrasmettitori e la trasmissione degli impulsi nervosi dipendono tra l’altro da queste vitamine.

La formula supplementare Dr. Rath Vitamin B Complex™ può essere assunta in caso di aumentato fabbisogno di vitamine B in combinazione con la formula di base Vitacor Plus™ ed anche insieme alle altre formule specifiche e supplementari.

Valore e funzione:

Le vitamine del gruppo B sono idrosolubili. Non possono essere accumulate come riserva nell'organismo, tanto che una regolare assunzione tramite l'alimentazione è indispensabile. Solo la vitamina B12 fa eccezione, può essere accumulata per un breve periodo. Negli alimenti, di regola, le vitamine B sono presenti nel loro complesso. La loro efficacia è maggiore se assunte tutte insieme.

Sostegno del metabolismo

Le vitamine B svolgono numerose funzioni in diversi ambiti del corpo. Ogni singola vitamina ha le sue specifiche proprietà, ma la funzionalità delle singole vitamine B può essere correlata alle altre dello stesso gruppo (es. metabolismo energetico, funzioni del sistema nervoso) oppure si esplica singolarmente. Esse sono indispensabili per il metabolismo delle proteine, dei lipidi (grassi) e dei carboidrati. Intervengono nella formazione del sangue, nella funzionalità del sistema immunitario e nel metabolismo (eliminazione) dell'omocisteina. In moltissimi ambiti collaborano per una normale funzionalità di tutto il metabolismo del corpo.

Sostegno del sistema nervoso

Questa particolare funzione delle vitamine B si esplica nel partecipare alla formazione dei neurotrasmettitori e dello scambio reciproco degli impulsi tra cervello e sistema nervoso periferico. Il sistema nervoso non sarebbe in grado di funzionare senza le vitamine B.

Contenuto di una compressa di Dr. Vitamin B Complex™

Vitamina B1 (tiamina)	2,42 mg	Vitamina B6 (piridossina cloridrato)	3,08 mg
Vitamina B2 (riboflavina)	3,7 mg	Vitamina B12 (cobalamina)	6,5 mcg
Vitamina B3 (niacina)	33,6 mg	Acido folico	500 mcg
Vitamina B5 (acido pantotenico)	15 mg	Biotina	110 mcg

Dose consigliata

Adulti: 2 volte al giorno 1 compressa durante i pasti con liquidi a sufficienza (acqua, succo o tè)

Confezione: 60 compresse

